

# Manteniéndonos separados, nos reúne a todos. Proteja a su familia y vecinos.

Quédese en casa si:



Está enfermo.



Corre un mayor riesgo  
de sufrir enfermedad  
seria por COVID-19.

## ¡Si sale de casa, recuerda las 3 Ms!



### MASCARILLA

Usar una mascarilla  
de tela cubriendo  
nariz y boca.



### MANTENER

6 pies (2 metros) de  
distancia. Evitar estar  
cerca de los demás.



### MANOS

Lavarte las manos  
con frecuencia o usar  
desinfectante para manos.



**#MantenteFuerteNC**

Averigüe más visitando:  
[nc.gov/covid19](https://nc.gov/covid19).



NC DEPARTMENT OF  
**HEALTH AND  
HUMAN SERVICES**